


























| JUEVES 1 | | VIERNES 2 | | |
|--|--|---|--|---|
| | | <p>Crema de calabacín</p>  <p>Lomo adobado con rodaja de tomate natural</p>  <p>Fruta fresca</p> <p>Agua y pan</p> | <p>Lentejas estofadas</p>  <p>Halibut al horno con ensalada variada</p>  <p>Fruta fresca</p> <p>Agua y pan</p> | |
| <p>Energía: 608 Kcal, Lípidos: 20,9 g, AGS: 1,8 g, Hidratos de Carbono: 87,1 g, Azúcares: 13,9 g, Proteínas: 17,9 g, Sal: 1,6 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 3-8 años de recomendación diaria de 1.742 Kcal/día Energía: 748 Kcal, Lípidos: 26,6 g, AGS: 2,6 g, Hidratos de Carbono: 105,9 g, Azúcares: 18,4 g, Proteínas: 21,3 g, Sal: 1,6 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 9-13 años de recomendación diaria de 2.279 Kcal/día Energía: 1093 Kcal, Lípidos: 40,1 g, AGS: 3,6 g, Hidratos de Carbono: 153,6 g, Azúcares: 25,3 g, Proteínas: 29,6 g, Sal: 1,5 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 14-18 años de recomendación diaria de 3.152 Kcal/día</p> | | | | |
| LUNES 5 | MARTES 6 | MIÉRCOLES 7 | JUEVES 8 | VIERNES 9 |
| <p>Acelgas al estilo casero</p>  <p>Filete de cabezada a la plancha con lechuga</p>  <p>Fruta fresca</p> <p>Agua y pan</p> | <p>Ensalada de pasta ecológica</p>  <p>Bacalao a la vizcaína con lechuga</p>  <p>Fruta fresca</p> <p>Agua y pan</p> | <p>Paella de carne con arroz ecológico</p>  <p>Hamburguesa a la plancha con patatas fritas y rodaja de tomate natural</p>  <p>Yogur</p> <p>Agua y pan</p> | <p>Garbanzos con chorizo</p>  <p>Merluza a la plancha con lechuga</p>  <p>Fruta fresca</p> <p>Agua y pan</p> | <p>Judías verdes al estilo casero</p>  <p>Pechugas de pollo a la plancha con lechuga</p>  <p>Fruta fresca</p> <p>Agua y pan</p> |
| <p>Energía: 610 Kcal, Lípidos: 20,9 g, AGS: 2,3 g, Hidratos de Carbono: 85,6 g, Azúcares: 13,9 g, Proteínas: 20,1 g, Sal: 1,8 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 3-8 años de recomendación diaria de 1.742 Kcal/día Energía: 794 Kcal, Lípidos: 26,9 g, AGS: 3,0 g, Hidratos de Carbono: 111,1 g, Azúcares: 17,6 g, Proteínas: 27,1 g, Sal: 1,5 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 9-13 años de recomendación diaria de 2.279 Kcal/día Energía: 1012 Kcal, Lípidos: 34,9 g, AGS: 3,9 g, Hidratos de Carbono: 142,3 g, Azúcares: 24,1 g, Proteínas: 32,3 g, Sal: 1,5 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 14-18 años de recomendación diaria de 3.152 Kcal/día</p> | | | | |
| LUNES 12 | MARTES 13 | MIÉRCOLES 14 | JUEVES 15 | VIERNES 16 |
| <p>Ensalada de arroz ecológico</p>  <p>Limanda a la plancha/ horno con lechuga</p>  <p>Fruta fresca</p> <p>Agua y pan</p> | <p>Alubias blancas con verduras</p>  <p>Magro de cerdo a la plancha con champiñones</p>  <p>Fruta fresca</p> <p>Agua y pan</p> | <p>Cardo en salsa de harina tostada</p>  <p>Estofado de ternera en salsa española</p>  <p>Yogur</p> <p>Agua y pan</p> | <p>Lentejas a la jardinera</p>  <p>Palometa al Orio con lechuga</p>  <p>Fruta fresca</p> <p>Agua y pan</p> | <p>Macarrones ecológicos a la boloñesa</p>  <p>Muslo de pollo a la riojana con pimientos</p>  <p>Fruta fresca</p> <p>Agua y pan</p> |
| <p>Energía: 594 Kcal, Lípidos: 21,3 g, AGS: 2,2 g, Hidratos de Carbono: 83,9 g, Azúcares: 13,8 g, Proteínas: 16,9 g, Sal: 1,5 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 3-8 años de recomendación diaria de 1.742 Kcal/día Energía: 795 Kcal, Lípidos: 27,2 g, AGS: 3,0 g, Hidratos de Carbono: 112,3 g, Azúcares: 17,9 g, Proteínas: 25,4 g, Sal: 1,6 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 9-13 años de recomendación diaria de 2.279 Kcal/día Energía: 848 Kcal, Lípidos: 29,6 g, AGS: 4,2 g, Hidratos de Carbono: 119,6 g, Azúcares: 23,9 g, Proteínas: 25,9 g, Sal: 1,8 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 14-18 años de recomendación diaria de 3.152 Kcal/día</p> | | | | |
| LUNES 19 | MARTES 20 | MIÉRCOLES 21 | JUEVES 22 | VIERNES 23 |
| <p>Arroz blanco ecológico con tomate</p> <p>Pechugas a la plancha con ensalada de tomate</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Agua y pan</p> | <p>Lentejas al estilo casero</p> <p>Merluza a la plancha con pimientos</p>  <p>Fruta fresca</p> <p>Agua y pan</p> | <p>MENÚ ESPECIAL</p> | <p>FESTIVO</p> | <p>FESTIVO</p> |
| <p>Energía: 610 Kcal, Lípidos: 20,9 g, AGS: 2,3 g, Hidratos de Carbono: 85,6 g, Azúcares: 14,6 g, Proteínas: 20,1 g, Sal: 1,8 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 3-8 años de recomendación diaria de 1.742 Kcal/día Energía: 784 Kcal, Lípidos: 26,1 g, AGS: 2,9 g, Hidratos de Carbono: 113,6 g, Azúcares: 18,3 g, Proteínas: 23,9 g, Sal: 1,7 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 9-13 años de recomendación diaria de 2.279 Kcal/día Energía: 921 Kcal, Lípidos: 32,3 g, AGS: 4,0 g, Hidratos de Carbono: 130,2 g, Azúcares: 24,6 g, Proteínas: 27,4 g, Sal: 1,5 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 14-18 años de recomendación diaria de 3.152 Kcal/día</p> | | | | |
| LUNES 26 | MARTES 27 | MIÉRCOLES 28 | JUEVES 29 | VIERNES 30 |
| FESTIVO | FESTIVO | FESTIVO | FESTIVO | FESTIVO |